**PLAN DZIAŁAŃ W ROKU SZKOLNYM 2018/2019 SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 2**

**IM. ROTMISTRZA WITOLDA PILECKIEGO W OLSZTYNKU**

***,,Szkoła Promująca Zdrowie”***

***Priorytet na rok szkolny 2018/2019***

***,,Zmiana nawyków nawyków żywieniowych –źródłem dbania o prawidłową sylwetkę.***

***OPIS PROBLEMU:***

Szkoła promująca zdrowie to szkoła, która stwarza warunki i podejmuje działania, tworzy klimat mający na celu poprawę warunków zdrowotnych uczniów, osiągnięcia satysfakcji, sukcesów w nauce oraz wzmacnia poczucie własnej wartości. Nasza szkoła od wielu lat podejmuje szereg działań, których zadaniem jest upowszechnianie zasad zdrowego stylu życia, dbania o prawidłową postawę ciała, dba o bezpieczeństwo i dobre samopoczucie uczniów i pracowników. Z przeprowadzonych badań wynika, że część uczniów cierpi na otyłość posiada nadwagę lub wady postawy. Zatem konieczna jest zmiana nawyków żywieniowych pogłębienie wiedzy i znaczenia diety i aktywności fizycznej dla organizmu człowieka oraz kształtowanie postaw i zachowań związanych z prawidłowym stylem życia, odżywiania, odpowiednią jakością żywności i aktywnością fizyczną. Zdrowe nawyki żywieniowe należy kształtować u dzieci już od najmłodszych lat, w myśl: ,,…Czym skorupka za młodu nasiąknie, tym na starość trąci …”.

W roku szkolnym 2018/2019 został opracowany plan działań SzPZ w oparciu o przeprowadzone badania: ankiety, obserwację, badanie dokumentów, rozmowy z rodzicami, nauczycielami oraz pielęgniarką szkolną. Cele i zadania zawarte w planie pracy SzPZ zostały ukierunkowane na wypracowaniu u dzieci prawidłowych nawyków związanych ze zdrowym odżywianiem oraz pogłębianiem wiedzy dotyczącej zdrowego stylu życia. W celu wyeliminowania niewłaściwych nawyków żywieniowych oraz zmiany stylu życia przygotowaliśmy szereg działań w ramach planu.

***CEL GŁÓWNY: kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych – przeciwdziałanie otyłości.***

***Cele szczegółowe:***

* Podniesienie świadomości uczniów, rodziców i nauczycieli w zakresie edukacji zdrowotnej (świadomości i rozumienia zdrowia) i wspólnego działania na jej rzecz.
* Kształtowanie zachowań sprzyjających zdrowiu (aktywność fizyczna, racjonale odżywianie).
* Promowanie różnorodnych form aktywności fizycznej.

***Kryterium sukcesu:*** Szkoła Promująca Zdrowie poprzez działania zawarte w planie pracy na rok szkolny 2018/2019 kształtuje zdrowe nawyki żywieniowe oraz dba o prawidłową sylwetkę. 50% uczniów zna i stosuje zdrowe nawyki żywieniowe.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadania / termin** | **Kryterium sukcesu** | **Metody realizacji** | **Wykonawcy** | **Monitorowanie** | **Sposób sprawdzenia wykonania zadania** | | |
| **Co wskaże?** | **Jak sprawdzimy?** | **Kto sprawdzi?** |
| **WRZESIEŃ**  *Zapoznanie społeczności szkolnej z priorytetem SzPZ w roku szkolnym 2018/2019* | Uczniowie, nauczyciele i rodzice znają priorytet SzPZ na rok szkolny 2018/2019 | * Przedstawienie na RP i podczas zebrań z rodzicami oraz na godzinach wychowawczych harmonogramu działań SzPZ na rok szkolny 2018/2019. * Przedstawienie na zebraniach koncepcji i strategii SzPZ (ulotka). | Zespół SzPZ  Wychowawcy klas I – VIII. | koordynator | Informacja o realizacji zadania | Protokół RP, teczka wychowawcy lub e-dziennik. | Zespół SzPZ |
| **Wrzesień – czerwiec** | 80% uczniów zna zasady zdrowego odżywiania. | * Prowadzenie raz w miesiącu na godzinie wychowawczej zajęć dotyczących zdrowego odżywiania. | Wychowawcy klas I – VIII. | koordynator | Informacja o realizacji zadania | e-dziennik | Zespół SzPZ |
| **PAŹDZIERNIK**  ,,*Wspólne drugie śniadanie”* | 80% uczniów wie, jak ważne dla zdrowia jest spożywanie drugiego śniadania. | * Gazetka informująca o akcji. * Wspólne przygotowanie spożywanie drugiego śniadania. | Wychowawcy klas I – VIII. | Zespół SzPZ | Przygotowanie posiłków w klasie. | Dokumentacja fotograficzna | Zespół SzPZ |
| **LISTOPAD**  *Propagowanie zdrowych nawyków żywieniowych* | * Udział rodziców w przygotowaniu skoków. * Propagowanie zdrowego stylu odżywiania. | * Wspólne z rodzicami przygotowanie soków z owoców i warzyw. * Gazetka | M. Szostek, A. Sołoducha,  Przedstawiciele rodziców, uczniowie. | koordynator | Wspólne wykonie soków. | Dokumentacja fotograficzna | Zespół SzPZ |
| **GRUDZIEŃ**  *Mikołajkowy turniej sportowy* | 80% uczniów aktywnie uczestniczy w turnieju | * Udział uczniów w zabawach sportowych np. skoki w workach, przeciąganie liny, hula-hop, skoki na skakance, itd. * Aerobik na boisku. | Uczniowie klas IV – VIII.  Nauczyciele w-f,  Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej. | Zespół SzPZ | Zabawa na holu szkoły, boisko | Dokumentacja fotograficzna | Zespół SzPZ |
| **STYCZEŃ**  ,,*Zdrowy tydzień”*  **Poniedziałek** – owoc  **Wtorek** – produkt mleczny  **Środa** – batonik zbożowy/ ciastko zbożowe  **Czwartek** – sok owocowy/warzywny  **Piątek** – suszone owoce | Zwrócenie uwagi na właściwe odżywianie uczniów. | Udział uczniów i nauczycieli w spożywaniu wspólnego posiłku. | Wychowawcy i uczniowie klas I – VIII. | Zespół SzPZ | Informacja o realizacji zadania | Dokumentacja fotograficzna i sprawozdanie | Zespół SzPZ |
| **LUTY**  Zdrowym ciele, zdrowy duch | Uczniowie znają zasady racjonalnego odżywiania się.  Integracja zespołów klasowych. | * Plakaty ,,Piramida zdrowia” | Uczniowie wychowawcy klas I – III, IV - VII | Zespól SzPZ | Plakaty | Dokumentacja fotograficzna, strona szkoły | Zespół SzPZ |
| **MARZEC**  Trzymaj formę! | Podniesienie świadomości uczniów na temat dbania o swoje zdrowie oraz sylwetkę. | Gry i zabawy ruchowe,  Quiz dotyczący zdrowych nawyków żywieniowych. | Samorząd uczniowski | Zespół SzPZ | Informacja o realizacji zadania | Informacja o realizacji na stronie internetowej, e-dziennik, fotorelacja | Zespół SzPZ |
| **KWIECIEŃ**  Roztańczone przerwy | Uczniowie uczestniczą w aerobiku prowadzonym w czasie długiej przerwy | Udział 80% uczniów w zajęciach | Uczniowie klas i I – VIII | Nauczyciele w- f | Zabawa na dziedzińcu szkoły | Dokumentacja fotograficzna | Zespół SzPz |
| **MAJ**  Piknik rodzinny | Rodzice są zaangażowani w przygotowanie festynu. | Współudział rodziców w zorganizowaniu wspólnego śniadania | Rada rodziców, uczniowie, nauczyciele | Wychowawcy klas I - VIII | Informacja o realizacji | Zabawy na świeżym powietrzu, wspólne spożywanie śniadania, dokumentacja fotograficzna | Zespół SzPZ |
| **CZERWIEC**  Rajd rowerowy i pieszy. | Aktywny udział w rajdzie. | Przygotowanie rajdu, punkty z zadaniami oraz gry i zabawy. Wspólne ognisko. | Nauczyciele, uczniowie | Nauczyciele w-f, edukacji wczesnoszkolnej, wychowawcy klas | Informacja o realizacji zadania | Informacja o realizacji na stronie szkoły, e-dziennik (karta wycieczki), fotorelacja. | Zespół SzPZ |

**Realizowane programy i akcje w roku szkolnym 2018/2019**

* Program UE ,,Program dla szkół”.
* Program ,,Trzymaj formę” przy współpracy z Wojewódzką Stacją Sanitarno – Epidemiologiczną.